

CAPÍTULO 15

Las primeras semanas después del parto

En este capítulo:

Atender a la madre.....	269
Ayudar a la madre a cuidarse a sí misma.....	269
Vigilar la matriz y el sangrado de la madre.....	270
Estar pendiente de los signos de infección de la matriz.....	271
Estar pendiente de los signos de infección de la vagina.....	272
Estar pendiente de otros signos de advertencia.....	273
Las piernas de la madre están rojas, duras, adoloridas o hinchadas...	273
A la madre le gotea la orina o los excrementos.....	273
Darle apoyo emocional a la madre ..	274
Atender al bebé	274
Animar al bebé a tomar el pecho y estar atenta a cómo crece.....	274
El bebé tiene signos de deshidratación.....	275
El bebé no sube de peso y no crece de una manera normal.....	276
Fomente la vacunación.....	276
Si la madre tiene el VIH.....	276
Cuidar el cordón.....	277
Buscar signos de infección.....	277
El tétanos (trismos).....	278
Pulmonía (infección de los pulmones).....	278
Meningitis (infección del cerebro) ..	278
Estar atenta al color de la piel y de los ojos del bebé.....	279

Las primeras semanas después del parto

CAPÍTULO

15

A medida que pasen los primeros días y semanas después del parto, el cuerpo de la madre empezará a reponerse. Si todo va bien, la matriz se encogerá y dejará de sangrar. A la madre le bajará la leche. El bebé aprenderá a tomar el pecho regularmente y comenzará a subir de peso.

Será provechoso para la madre y el bebé que usted los siga atendiendo después del parto. Trate de visitarlos por lo menos 2 veces más: el día después del parto y otra vez la semana siguiente. Si los visita aun más seguido, tal vez pueda prevenir más problemas. Vaya a verlos todos los días si la madre o el bebé tiene signos de algún problema.



Atender a la madre

Las madres necesitan atención después del parto, igual que los bebés.

Ayudar a la madre a cuidarse a sí misma

Después del parto, el cuerpo de la madre está cansado y la matriz está abierta. Es fácil que a ella le dé una infección, pero podrá mantenerse sana si:

- descansa lo suficiente.
- come una buena variedad de alimentos nutritivos (vea las páginas 33 a 42).
- toma bastantes líquidos.
- se mantiene limpia, lavándose las manos, los genitales y los pechos.

En algunas culturas, las madres descansan en cama con sus bebés 2 semanas o más después del parto. Esa costumbre es saludable porque ayuda a la madre a reponerse y la mantiene alejada de los microbios que hay afuera de su casa. También ayuda a la madre y al bebé a conocerse y encariñarse. Si es posible, la madre debe evitar el trabajo pesado más o menos 6 semanas. Pero ella debe caminar un poquito cada día, a pesar que ella esté en descanso.

Recuérdelos a la mujer y a su compañero que no deben tener relaciones sexuales sino hasta que la mujer haya dejado de sangrar. Además, asegúrese de hablar con ellos sobre la planificación familiar. La mujer podría volver a embarazarse muy pronto.

Vigilar la matriz y el sangrado de la madre

SIGNOS SALUDABLES Después del parto, la madre no debería sangrar más de lo que sangra con una regla normal. Ella debería dejar de sangrar después de 2 ó 3 semanas, aunque en ciertos casos puede sangrar por hasta 6 semanas.

La matriz debería estar firme y debería encogerse cada vez más, todos los días.

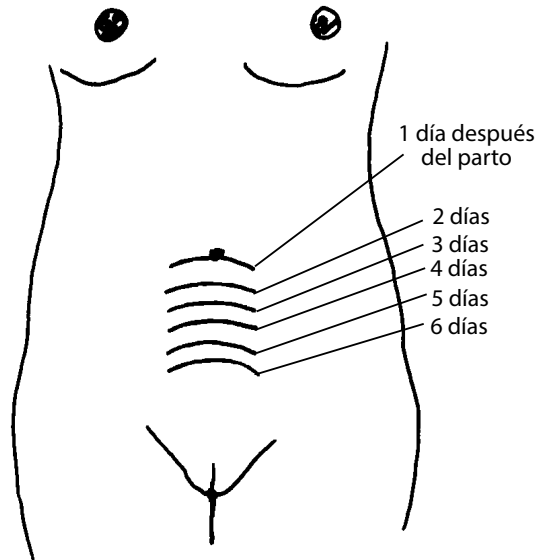
SIGNOS DE ADVERTENCIA

- La matriz se siente blanda o grande.
- La madre sangra mucho.
- La madre tiene signos de choque.

La matriz de la madre

Si la matriz se ablanda, súbela hasta que se ponga firme (vea la página 224). Enséñele a la familia cómo sobar la matriz cuando usted no esté. Pídale a la madre que le dé el pecho al bebé con más frecuencia y que esté atenta del sangrado.

Además, palpe la matriz para asegurarse de que esté regresando a su tamaño normal. Justo después del parto, la matriz se encuentra más o menos a medio camino entre el pubis y el ombligo, y cada día después debe encogerse un poco más.



Consulte este cuadro para ver dónde debería estar el punto más alto de la matriz después del parto.

El sangrado de la madre

Si la madre empapa una toalla higiénica en 1 hora, probablemente está sangrando demasiado. Sobe la matriz para ayudarla a contraerse. Recuérdle a la familia que la madre necesita descansar. Muchas veces, las madres sangran después del parto si trabajan demasiado.



Si esos métodos no le dan resultado, dé medicinas para detener el sangrado (vea la página 231). Si la madre sigue sangrando o tiene signos de choque, consiga ayuda médica de inmediato.

Estar pendiente de los signos de infección de la matriz

SIGNOS SALUDABLES La temperatura normal se mantiene alrededor de 37°C.

SIGNOS DE ADVERTENCIA

- Fiebre, 38°C (100.4°F) o más alta
- Escalofríos
- Pulso rápido
- Sangrado abundante
- Mal olor o sangrado de los genitales
- Dolor en el vientre
- Malestar



Si la madre tiene uno o varios de esos signos después del parto, es posible que tenga una infección de la matriz. Las infecciones de la matriz son muy peligrosas—pueden matar a la madre rápidamente.

Si es posible, una mujer que tiene signos de una infección de la matriz debe ir al hospital de inmediato. Allí podrán hacerle pruebas para averiguar cuáles antibióticos le curarán la infección. Si no hay manera de conseguir ayuda médica, dele medicinas en casa.

Cómo dar antibióticos en casa

Usted no sabrá con certeza cuáles microbios están causando la infección de la matriz. Por eso, tendrá que darle a la madre 3 antibióticos para matar a muchos tipos de microbios. Si no tiene todos esos antibióticos, es mejor dar 1 ó 2 medicinas que no dar ninguna.

Dé los antibióticos hasta que se hayan quitado los signos de infección por 2 días seguidos (48 horas). Es posible que tenga que dar los antibióticos hasta 5 días.

Para tratar una infección de la matriz

- inyecte gentamicina en el músculo, 3 veces al día por más o menos 5 días (para calcular la dosis, vea la página 483)

y también

- dé 2 g de ampicilina por la boca, 4 veces al día por más o menos 5 días

y también

- dé 400 a 500 mg de metronidazol por la boca, 3 veces al día por más o menos 5 días



¡ADVERTENCIA! Si la mujer no comienza a sentirse mejor dentro de 1 ó 2 días, ella podría tener todavía pedazos de placenta en su vientre, los cuales hay que sacar. Siga dándole antibióticos y llévala al hospital.

Estar pendiente de los signos de infección de la vagina

SIGNOS SALUDABLES Si hay desgarros en la vagina, están cicatrizando y la piel no está hinchada ni caliente.

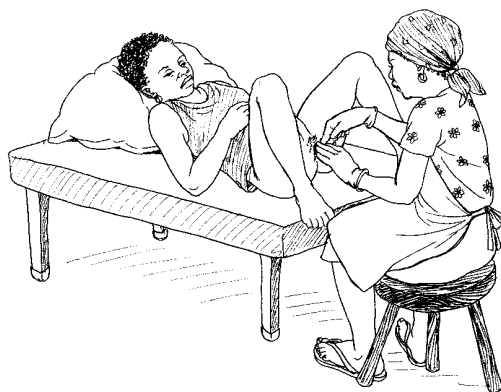
SIGNOS DE ADVERTENCIA

- Dolor en la vagina
- Hay mal olor o sale pus de la vagina
- Hinchazón, enrojecimiento o una bolita dura en la vagina

Una infección de la vagina no es tan peligrosa como una infección de la matriz.

Lávese bien las manos, póngase guantes y revísele la vagina a la mujer. Si nota cualquiera de los signos de advertencia que ya mencionamos, la madre probablemente tiene una infección. Si ve pus, asegúrese de que no venga del fondo de la vagina. De ser así, la madre probablemente tiene una infección de la matriz.

Si el pus está saliendo de una bolita dura o de un desgarro en los genitales de la madre, consiga ayuda médica o siga estas instrucciones para drenar el pus usted misma.



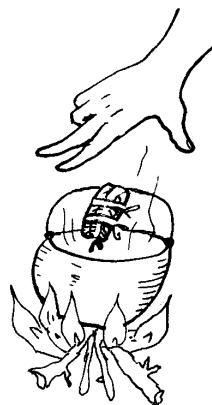
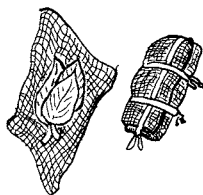
Cómo drenar el pus

Generalmente se puede sacar el pus con paños mojados y calientes.

Si el desgarro está abierto

Remoje un paño esterilizado en agua hervida calentita y sosténgalo sobre la zona infectada.

Si sabe de plantas medicinales que sirven para sacar el pus, envuélvalas en un pedazo de tela o gasa esterilizada y amárrelo para que no se salgan las plantas. Hierva las plantas envueltas, deje que se enfríen un poco y luego sosténgalas contra la zona infectada.



Si siente una bolita dura debajo de la piel

Si siente una bolita dura, es probable que esté llena de pus o de sangre. Vigile la bolita todos los días. Si es dolorosa o si crece más grande, consiga ayuda médica.

Estar pendiente de otros signos de advertencia

Las piernas de la madre están rojas, duras, adoloridas o hinchadas

SIGNOS DE ADVERTENCIA Muy raras veces, después del parto, a la madre se le puede formar una embolia en la pierna. Estos son los signos de una embolia:

- hinchazón o calor en un pie o una pierna
- dolor en una pierna al apretarla o al caminar
- zona roja y adolorida en una pierna
- una bola dura en una pierna



Una embolia puede llegar al pulmón de la mujer y cortar la respiración.

Una embolia es muy peligrosa. Si se desprende y se mueve por la sangre, puede causar problemas en otras partes del cuerpo. Por ejemplo, la embolia puede llegar al pulmón y cortar la respiración a la madre.



Si una mujer tiene cualquier signo de una embolia, llévela al hospital de inmediato. En el camino, pídale a la mujer que se acueste con las piernas más arriba que las caderas y no se mueva. Ponga paños calentitos sobre la zona hinchada, pero no la sobe. Déle aspirina para el dolor.

A la madre le gotea la orina o los excrementos

Si a una mujer le gotea orina o excremento sin que ella pueda evitarlo, es posible que tenga un hoyo en la piel del interior de la vagina. A ese hoyo se le llama fístula. Se forma durante el parto, cuando la cabeza del bebé empuja con fuerza la piel entre la vejiga y la vagina—o a veces la piel entre el recto y la vagina. La presión de la cabeza es tan fuerte que la piel muere y se abre un hoyo, más o menos de 3 a 12 días después del parto.

Generalmente es posible tratar una fístula. Quizás una fístula pequeña cicatrice sola: la madre debe beber muchos líquidos y tomar baños de asiento (vea la página 326). Si usa una sonda 3 semanas, se mantendrá la orina fuera de la fístula suficiente tiempo para que pueda cicatrizar.

Las fístulas grandes tienen que repararse. Hay hospitales donde se hace esa cirugía—por lo general 3 meses después del parto. Ayude a la mujer a ir a un hospital donde puedan atenderla.



A una mujer con una fístula le gotea la orina.

Las fístulas se pueden prevenir

Las fístulas ocurren cuando el parto se prolonga mucho tiempo. Cuando una mujer haya estado de parto muchas horas, no siga esperando. Consiga ayuda médica. Para aprender más sobre la prevención de fístulas, vea la página 22.

Darle apoyo emocional a la madre

Es importante darle apoyo emocional a la madre. Las costumbres y los ritos para honrar a la madre o para festejar el nacimiento del bebé son una manera de reconocer todo lo que la madre hizo durante el parto.

Qué hacer si la madre está muy trastornada o triste (deprimida)

La mayoría de las mujeres tienen sentimientos muy fuertes después de dar a luz. Eso es normal. Algunas se sienten tristes o preocupadas unos cuantos días, semanas o meses. Si eso le sucede a la madre, usted puede ayudarle escuchando lo que ella siente y explicándole que muchas otras madres sienten lo mismo.

Cuando una persona tiene sentimientos tristes muy fuertes, se dice que está deprimida. A una madre deprimida, quizás le cueste mucho trabajo cuidarse y cuidar a su bebé. Tal vez hasta actúe como si estuviera loca. Una mujer deprimida necesita ayuda. Necesita ayuda para cuidar a su familia y su hogar, y necesita ayuda para dejar de sentirse tan mal. Si es posible, alguien debe quedarse con ella para ayudarle y para asegurarse de que no se haga daño a sí misma o a su bebé.

También hay ritos y remedios tradicionales, al igual que medicinas modernas, que podrían ayudar a la mujer a sentirse mejor. Las medicinas modernas son caras y pueden causar otros problemas, así que sólo se deberían usar en casos graves.

Si una mujer se sintió muy trastornada después de un parto anterior, es más probable que se vuelva a sentir así después de este parto.



Atender al bebé

Animar al bebé a tomar el pecho y estar atenta a cómo crece

El bebé debería tomar el pecho cada 2 ó 3 horas a partir de la primera hora después de nacer. Un bebé que mama lo suficiente y que está sano, debería orinar y obrar dentro de las primeras 24 horas después de nacer, y regularmente después de ese tiempo. El bebé no debería tener signos de deshidratación y debería ganar peso. Mantenga al bebé calentito y seco, y juegue con ella.

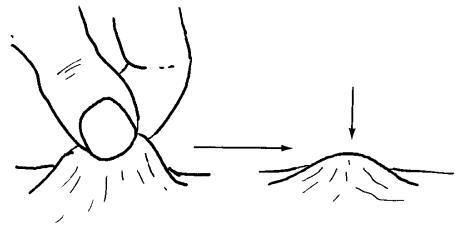
El bebé tiene signos de deshidratación

Un bebé se puede deshidratar si no mama lo suficiente, si tiene diarrea o vómitos, o si tiene fiebre. La deshidratación ocurre cuando no hay suficiente agua en el cuerpo. Es muy peligrosa y puede matar al bebé.

Signos de la deshidratación:

- fontanelas (molleras) hundidas
- ojos hundidos
- boca seca o labios partidos
- orina menos de 4 veces al día
- la orina es de color oscuro
- respiración y pulso rápidos
- piel que no está elástica

Para revisar la elasticidad de la piel, primero pellízquese la piel de su propio brazo y suéltela. Fíjese qué tan rápido se vuelve a aplanar. Ahora pellizque la piel de la barriga del bebé y suéltela. Si la piel se tarda más en aplanarse que la suya, el bebé está deshidratado.



Para atender a un bebé deshidratado

Anime a la madre a dar el pecho con frecuencia—cada 1 ó 2 horas. También dele al bebé suero para tomar (vea la página 160)—varias gotas cada minuto, hasta que el bebé esté mejor.

La deshidratación se puede deber a una infección (vea la página 277). Si el bebé no está mejor en 4 horas, consiga ayuda médica.

Alimentar al bebé con biberón causa deshidratación

Muchas veces a los bebés les da diarrea y deshidratación porque toman fórmula infantil. Si es posible, la madre debe darle el pecho al bebé. Si ella no puede, la familia debe usar agua pura y la cantidad correcta de fórmula infantil. Para que el bebé no se enferme, hay que hervir los biberones (mamilas, mamaderas, pachas) y tetillas de goma. Para mayor información sobre la fórmula infantil, vea la página 281.



El bebé no sube de peso o no crece de una manera normal

Es normal que el bebé baje de peso unos cuantos días después de nacer. Pero a las 2 semanas debe haber regresado a lo que pesaba cuando nació y debe seguir subiendo de peso a un ritmo constante.

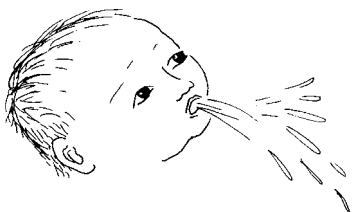
Si un bebé no está subiendo de peso o no está creciendo lo suficiente, tal vez no esté tomando suficiente leche. También podría tener una infección, diarrea u otro problema de salud.

Observe qué tan seguido toma el pecho el bebé. La madre debería darle de mamar cuando el bebé se lo pide—pero por lo menos cada 2 ó 3 horas—y dejar que mame todo lo que quiera—por lo menos 20 minutos—hasta que los pechos estén vacíos. Si el bebé no trata de mamar con frecuencia, es posible que esté muy enfermo. Llévelo al hospital de inmediato.

Vigile la salud de la madre. Si la madre está enferma o si no está comiendo o bebiendo lo suficiente, quizás no produzca suficiente leche. Anime a la familia a cuidar a la madre y a darle más de comer.

Vea el Capítulo 16, página 280, para mayor información sobre el amamantamiento. Si el bebé sencillamente no crece, consiga consejos médicos.

El bebé arroja vómito



La mayoría de los bebés vomitan un poquito. Generalmente, el vómito se escurre de la boca, sobre todo después de mamar.

Pero si el vómito sale 'disparado' de la boca del bebé cada vez que toma pecho, podría tener a una infección o algo en el cuerpo que no deja pasar la leche. Consiga consejos médicos.

Fomente la vacunación

Las vacunas (o inmunizaciones) protegen a los niños de muchas enfermedades peligrosas. Las vacunas más importantes para bebés recién nacidos son la DPT (contra difteria, tos ferina y tétanos), polio, hepatitis B, Hib (contra *Haemophilus influenzae* tipo b), PCV (contra el neumococo), RV (previene el rotavirus) y BCG (contra la tuberculosis). Cada país tiene su propio calendario de vacunación. Generalmente, las vacunas son gratis. La mayoría de vacunas se empiezan a dar cuando un bebé está por cumplir 2 meses de edad. Anime a la madre a llevar al bebé al centro de salud más cercano.



Si la madre tiene el VIH

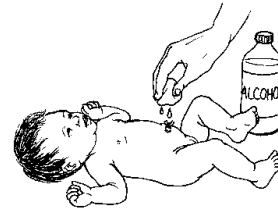
Si la madre tiene el VIH, dar medicinas de la TAR al bebé lo protegerá de infectarse con el VIH. Esta medicina debe empezar a darse dentro de 72 horas después que el bebé nace. Ver página 499 para más información. Cuando el bebé tiene 6 semanas de edad, debería también empezar a tomar la medicina cotrimoxazol para prevenir infecciones. Ver página 481.

Cuidar el cordón

Para que no se infecte el pedacito de cordón que todavía queda, hay que mantenerlo **limpio** y **seco**. Enséñele a la familia como cuidarlo.

- Siempre lávese las manos antes de tocar el cordón.
- Si el cordón se ensucia o si tiene mucha sangre seca, límpielo con jabón y agua hervida (y enfriado), alcohol para curaciones, aguardiente o violeta de genciana. Toque el cordón con cuidado.
- No le ponga nada más al cordón—la tierra y el estiércol en particular son peligrosos.
- Si hay muchas moscas donde vive, puede tapar el cordón con un paño limpio y seco. Pero generalmente lo debe dejar destapado.

El pedacito de cordón generalmente se cae de 5 a 7 días después del parto. Tal vez usted vea unas cuantas gotas de sangre o un poco de moco liso cuando se caiga el cordón. Eso es normal. Pero si hay pus o mucha sangre, consiga ayuda médica.



Si limpia el cordón, tenga cuidado.

Buscar signos de infección

SIGNOS DE ADVERTENCIA

- El bebé se ve muy débil o cansado, o deja de tomar el pecho.
- El bebé tiene diarrea.
- El bebé no puede mantenerse calentito, aun cuando esté bien envuelto en mantas.
- El bebé tiene fiebre de más de 38°C (100.4°F)
- El ritmo del corazón del bebé es rápido y débil.
- El bebé tiene dificultad para respirar o respira más de 60 veces por minuto.
- El bebé parece estar enfermo.

Infeción del cordón

La causa más frecuente de infección en un bebé recién nacido son microbios que han entrado en el cordón. Cuando el cordón está infectado, la zona a su alrededor generalmente se enrojece, suelta pus, se siente caliente o huele mal. Si no mejora o si empeora después de 1 ó 2 días, dé las medicinas en la página 279 o consiga ayuda médica.



El tétanos (trismos)

A un bebé le puede dar tétanos si le cortaron el cordón con algo que no estaba esterilizado o si alguien le puso tierra o estiércol al cordón. La mayoría de los bebés con tétanos morirán, aunque reciban buena atención y medicinas.



Para evitar el tétanos, hay que vacunar a las mujeres embarazadas (vea la página 102), esterilizar el instrumento que se usa para cortar el cordón, y mantener limpio el cordón.

Un bebé con tétanos generalmente estará tieso, tendrá la cabeza doblada para atrás y tendrá los reflejos exaltados. Revise los reflejos del bebé para ver si hay signos de tétanos:

Acomode la pierna del bebé para que le cuelgue libremente y luego dele un golpecito con un nudillo o con un dedo justo debajo de la rótula de la rodilla.



Si la pierna le brinca un poquito, la reacción es normal.



Si le brinca mucho, el bebé podría tener tétanos.



Si nota signos de tétanos, consiga ayuda médica de inmediato.

Si la ayuda médica está a más de 2 horas de distancia

- inyecte 100,000 unidades de bencilpenicilina..... en el músculo de la parte delantera del muslo del bebé, 1 sola vez



Pulmonía (infección de los pulmones)

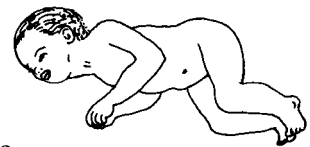


A un bebé también le puede dar una infección de los pulmones (pulmonía). Eso ocurre más que nada cuando la bolsa de aguas se rompió más de 24 horas antes de que naciera el bebé, o si la madre tuvo fiebre durante el parto.

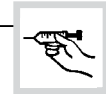
Éstos son signos de una infección de los pulmones: el bebé respira rápido (más de 60 respiraciones por minuto), gruñe cuando respira o la piel del pecho se le hunde entre las costillas cuando respira. Consiga ayuda médica, sobre todo si el bebé es pequeño o si nació antes de tiempo. En el camino, dele antibióticos.

Meningitis (infección del cerebro)

Raras veces, a un bebé le da una infección del cerebro (meningitis). Un bebé que tiene meningitis tendrá la nuca tiesa y se acostará con la cabeza doblada hacia atrás. Tal vez vomite, tendrá la fontanela hinchada y podría perder el conocimiento. Un bebé con una infección del cerebro puede morir rápidamente. Lleve al bebé a un hospital de inmediato.



Si tiene antibióticos, déselos en camino al hospital. Vea la página 279.



Antibióticos para infecciones en recién nacidos como pulmonía, meningitis, infecciones de la sangre (sepsis) y otras

- inyecte ampicilina..... del lado de afuera del músculo del muslo del bebé,
2 veces al día para un bebé de 6 días o menos
3 veces al día para un bebé de 1 semana o más
- para un bebé que pesa 2 kg o menos..... inyecte 80 mg
- para un bebé que pesa 3 kg..... inyecte 150 mg
- para un bebé que pesa 4 kg o más..... inyecte 200 mg

y también

- inyecte gentamicina..... del lado de afuera del músculo del muslo del
bebé, 1 vez al día
- para un bebé que pesa 2 kg o menos..... inyecte 8 mg
- para un bebé que pesa 3 kg..... inyecte 12 mg
- para un bebé que pesa 4 kg o más..... inyecte 16 mg

Lleve el bebé al hospital. Si no es posible, déle ampicilina y gentamicina durante por lo menos 5 días.

Estar atenta al color de la piel y de los ojos del bebé

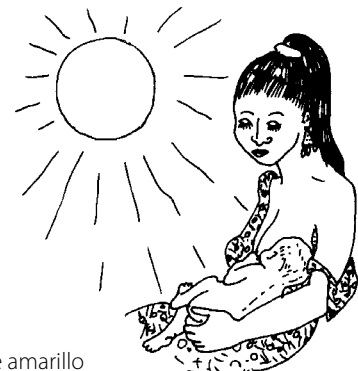
La piel y los ojos de muchos bebés se ponen amarillos unos cuantos días después del parto. A eso se le llama ictericia. La ictericia sucede cuando una sustancia amarilla llamada bilirrubina se acumula en el cuerpo del bebé. Normalmente, el cuerpo de un recién nacido descompone la bilirrubina en unos cuantos días y el color amarillo se quita.

De vez en cuando, un bebé puede tener ictericia grave. Eso es peligroso. Estos son algunos signos de la ictericia grave:

- El color amarillo aparece el primer día de vida del bebé.
- Dura más de 2 semanas.
- Llega hasta las manos y los pies del bebé.
- El bebé parece estar muy adormilado y no despierta para tomar el pecho.
- El bebé no se mantiene calentito.

Si el bebé tiene cualquiera de esos signos, consiga ayuda médica inmediatamente.

De lo contrario, ayude al bebé a tomar el pecho con frecuencia y asólelo un poco. El sol ayuda al cuerpo a descomponer la bilirrubina. Si hace suficiente calor, desvista al bebé, tápele los ojos y asólelo 5 minutos 1 ó 2 veces, todos los días. (Si lo asolea demasiado, le puede quemar la piel).



Asolee al bebé amarillo
unos minutos cada día.